

# Å formidle om tap og sorg til barn

Når barna rammes av vonde tap, er det vesentlig at det tematiseres i barnehagen. Ulike situasjoner kan gjøre det både passende, eller helt nødvendig, å formidle noe om død eller sorg til enkeltbarn eller til barnegruppen.

---

ARTIKKEL | SIST ENDRET: 03.04.2016

---

## Last ned denne artikkelen

[» Å formidle om tap og sorg til barn \(pdf\)](#)

Av Eline Grelland Røkholt, Seksjon for sorgstøtte ved Ahus (første gang publisert på *udir.no* 23. januar 2014).

Når barna rammes av vonde tap, er det vesentlig at det tematiseres i barnehagen. Ulike situasjoner kan gjøre det både passende, eller helt nødvendig, å formidle noe om død eller sorg til enkeltbarn eller til barnegruppen. Vi vet at barn har det best når de får være med og delta i samtaler om det som har skjedd. Men like viktig som at vi formidler, er *hvordan* vi formidler. *Hva og hvordan* bestemmes i stor grad av hva slags tapshistorie vi skal ramme inn eller støtte.

Når det gjelder sensitive opplysninger, altså personlige opplysninger om det som har skjedd, må informasjon om dette til andre først avklares med den familien det gjelder. I rådene nedenfor er det tatt for gitt at barnehagen har etablert en avtale om hva som kan sies om hendelser. (*For eksempel at pappaen til Henrik døde i går av kreft, han hadde kreft i magen og har bodd mye på sykehus det siste året. Det skal være begravelse på tirsdag, og Henrik og hans familie er fryktelig lei seg nå.*)

## Å bruke bilder og bøker på en tilpasset måte

Til formidlingen kan vi se på en bok som en *bruksgjenstand*. Gjennom å bruke bøker, bilder, tekstdeler eller gjenstander på ulike måter, kan vi åpne for mangfoldige måter å lese på. Vi trenger ikke lese en bok fra begynnelsen til slutt. Vi kan bruke akkurat det som passer, og lese en liten eller stor tekstbit, hoppe over tekst, kun bruke et eller flere bilder, osv.. Derfor er det viktig at den voksne på forhånd *kjenner godt den boka som skal brukes*, slik at det ikke blir uventede overraskelser i teksten når vi er sammen med barnet. Ved å tilpasse teksten kan vi unngå å formidle innhold som kan være upassende eller vanskelig for akkurat den situasjonen barnet er i. Det kan være lurt å markere med blyant om det er tekst du vil unngå, bytte ut vanskelige ord med enklere, skrive "stopp" i teksten der du har bestemt seg for å stoppe, og så videre.

Barnebøker som berører tematikken alvorlig sykdom, død eller sorg, har alltid aspekter i seg som må vurderes. Noen har et klart religiøst budskap (som *Pelle og de to hanskene*), eller ord og begreper om "himmelen", "engler" eller annet. Da skal det være avklart om det er ord og tankesett som familien ønsker. Andre bøker har relativt sterkt innhold (som i *Roy* der hår lukter svidd) som kan virke altfor tøft for et sårbart barn. Noen bøker er illustrert med klare farger og tydelige ansikter (som i *Lillesøster og Mimmi og Tror du pappa gråter?*), mens andre har mørke illustrasjoner og utydelige ansikter (Pappa ville ikke leve). I noen bøker er alle personene hvite i huden, i andre er det større mangfold (Gule roser til pappa). Noen bøker bruker fantasi (*Englepels*), mens andre gir fakta med humor og undring (*Dødenboka*). Alle disse bøkene gir veldig forskjellige uttrykk.

## Å formidle om død og å formidle om dødsårsak

Det er forskjell på å formidle noe om *temaet død*, og å skulle formidle noe *om dødsårsaken*. Når vi snakker med en barnegruppe hvor ingen har direkte tapserfaringer knyttet til døden, kan det være nyttig å introdusere temaet på en generell måte. Det kan du gjøre ved å vise tegninger eller bilder av en levende og død fugl, mus, blomst eller lignende. Da er det *forskjellen mellom* bildet av den levende og bildet av den døde som bærer budskapet. Å leve er å puste, vokse, tenke, spise, føle, hjerteslag, osv., mens å dø innebærer at alle disse tingene slutter. Det kan være nødvendig å påpeke direkte noen forskjeller fra bildet til det som skjer i virkeligheten. For eksempel kan et bilde av en fugl innebære at den døde fuglen ligger på ryggen med beina rett i været. Sånn ligger døde fugler, ikke døde mennesker. For barn som *ikke* har opplevd eget tap, kan bøker eller bilder som formidler noe om temaet død, handle om hva som helst, slik at hovedpersonen kan være et dyr eller menneske. Det spiller ingen rolle så lenge temaet er relevant. Et godt eksempel på en slik bok er *"Farvel Herr Muffins"* som handler om et livstrøtt gammelt og fornøyd marsvin som dør.

Å formidle noe om *dødsårsaken*, derimot, handler om å snakke med den eller de som er *rammet*, om akkurat hva som har skjedd når noen døde. Da er ordene vi bruker i vår forklaring, helt avhengig av hva slags tapshistorie barnet har opplevd, og hvor mye informasjon barnet allerede har fått om det som har skjedd. Kanskje har familien laget en samlet forklaring som overleveres til barnehagen, og som ansatte

skal gjenta når barnet trenger det. Andre familier trenger hjelp til å konstruere en god forklaring. Hovedpoenget er at historien som gis til barnet, *er sann, og at ordene er tilpasset det barnet kan forstå*. Det skaper bare usikkerhet og vanskeligheter for barnet dersom selve forklaringen om dødsårsaken stadig forandrer seg for hver gang barnet spør. Det er også mye tyngre for barn å ha en vanskelig hemmelighet enn å ha en vanskelig historie (Raundalen, 2000). Derfor bør den forklaringen som velges, alltid være sann og så enkel som mulig.

Resten av innholdet er avhengig av akkurat hva som har skjedd. Er det et brått og uventet dødsfall, eller et ventet tap? Var det en ulykke eller noe annet? *Når barn har egne og direkte tapserfaringer*, er det viktig at den boka eller de bildene som brukes, ligger så nært opptil sannheten som mulig. Har noen mistet et søsken, bør minst en av bøkene du bruker, handle om akkurat det (*Pelle og de to hanskene*). Det er ikke alltid tilstrekkelig med et dødt marsvin (*Farvel, Herr Muffins*), dersom et barn har mistet mammaen sin. Da bør boka handle om døde mammaer eller pappaer (*Tror du pappa gråter?*, *Gule roser til pappa*, *Petra får besøk*). Flere har kanskje mistet besteforeldre (*Lillesøster og Mimmi*). Her finnes det dessverre ikke så mye å velge mellom i litteraturen rettet mot små barn, slik at en runde med leting på biblioteket kan være helt nødvendig.

Å lese en bok eller se på bilder som handler om akkurat det som har skjedd, kan kreve mye av et barn fordi bearbeidingen også setter i gang mange store, fremmede og vanskelige følelser. Derfor kan det kreve mange runder med tilvenning, som at dere bare ser på bokas forside, eller bare har den fremme i en hylle eller kurv mange nok ganger til at barnet selv viser at det er greit at boka åpnes, og at dere begynner å lese. Kanskje leser du bare litt tekst og blar litt i første omgang. Kanskje leser du hele teksten. Tempoet og mengden er det barnet som bestemmer ved å vise om det er innstilt på å dele innholdet sammen med deg, eller om det er på vei vekk fra boka og det dere gjør sammen. En gang kom vi til en barnehage for å bistå et søskenpar i sorgstøtte. Når alt var klart og vi skulle begynne, tok vi frem en barnebok vi tenkte ville passe. På en-to-tre var begge barna vekk, bak en dør og på et fang til en av de ansatte. Denne boka var de med andre ord ikke klare for. Da lekte vi med leker i stedet. Lenge etterpå, etter flere tilnærminger, var boka noe barna kunne lese sammen med pedagogen på avdelingen, og de begynte å snakke om hvem de hadde mistet.

Mange ganger er det også fint både for barnet som er rammet og for barnegruppen rundt, å bruke bøker, bilder og historier som berører tematikken tap og sorg mer indirekte. Det betyr at de kan ha stor nytte av bøker som handler om kropp, følelser eller steder som sykehus. Her er det mye å velge mellom. Å bruke en bok om følelser slik som "Emma tvert imot" kan invitere til samtaler om mange vesentlige ting, som at vi fort kan veksle mellom å være glade og lei oss, eller at en dag kan føles både fin og dum. Eller bøker som tematiserer natt eller det å legge seg. Hva tenker vi på når vi legger oss? Eller bøker som bare handler om kroppen (Lille Yoga). Hva hadde egentlig kroppen sagt hvis den kunne snakke, og hvor har kroppen vondt når vi er lei oss eller sinna?

Noen bokserier som mange barn gjerne kjenner godt, tematiserer også tap som i "Karsten og Petra"-serien. Petra har en far som er død. Hun har bildet av pappa over sengen og går til graven for å hilse på pappa.

Eller "Lillesøster" som mister en bestemor i "Lillesøster og Mimmi". For barn som synes det er vanskelig å snakke om eget tap, kan det være en god innfallsvinkel å lese om noen andre i lignende situasjon.

## Bruk av bilder og historier

Det fine med bøker og bilder er at de kan tas frem og brukes om og om igjen. Særlig små barn trenger samme forklaring gjentatt mange ganger for at den skal bli deres egen historie som de er trygge på. Dersom du ikke finner en passende barnebok, går det også an å lage en bok om barnets egen historie. Med et PowerPoint-program kan du lage sider og "klippe inn" bilder av barnet, familiemedlemmer, osv., og lage enkel tekst til for eksempel "her er sykehuset hvor pappaen til Thea var syk". Heftet du lager, kan ha noen sider om familien, noen sider om det som har skjedd, og noen sider om følelser. Ferdig skrevet ut og satt sammen i et lite hefte kan dette fortelle barnets tapshistorie akkurat tilpasset det barnet det gjelder. Så kan heftet brukes sammen med barnet og sammen med barnegruppen.

Bilder og deler av en bok kan også brukes til å forberede barnet på hva som skal skje i begravelsen, når de besøker graven eller andre ritualer. Vi kan bruke en ekte avis med dødsannonser for å vise at her står det at noen er død, og hvor begravelsen skal være. Noen barnebøker har gode illustrasjoner av begravelser (Pelle og de to hanskene og Lillesøster og Mimmi). De inviterer til samtaler om hvor barnet skal sitte, hvem de skal sitte sammen med, at det er en kiste med blomster, og at det er lys og musikk i begravelsen.

Noen bilder kan også lamineres og brukes mange ganger. Ved å vise barn at bildene ligger lett tilgjengelig for dem i en skuff eller på en hylle de selv når opp til, kan dere enkelt se når barnet nærmer seg og inviterer til å snakke om det som har skjedd. Dette kan også invitere til situasjoner der barn sammen ser på bildene, uten at voksne nødvendigvis går inn i den barnesamtalen. Poenget er at barnehagen viser at det er mulig og velkomment å snakke om det som har skjedd, uten at de voksne alltid tar initiativet.

## Bruk av gjenstander

På samme måte som med bilder og bøker kan dere også bruke gjenstander. Gjenstander forteller historier uten ord, og de kan hjelpe barnet til å formidle tanker og følelser. Det kan være en koffert med doktoring som settes frem på avdelingen, eller playmo-figurer om sykehus, redningsbiler og lignende. Slike gjenstander inviterer både til tematisk lek og til mer verbale samtaler rundt det barnet har opplevd. Om det er dyr eller mennesker som kjører i ambulansen, spiller ingen rolle. Dere kan likevel snakke om at den som ligger inni er syk, og trenger å komme til sykehuset det forreste sykebilen kan. Kanskje kom det til og med et helikopter fordi doktoren ville skyndte seg veldig med å hjelpe.

Barn kan også på eget initiativ eller med hjelp av andre ha spesielle gjenstander som er viktige for tapshistorien deres. Det kan være en leke som tilhørte et søsken som er død, eller pappas klokke. Dette er gjenstander som bærer i seg nærværet av fraværet. Det vil si gjenstander som forteller om det som ikke skjer mer, eller om den som er borte. Når barnet vil dele eller vise frem en slik gjenstand, er det ikke sikkert

dere trenger ord i det hele tatt. Kanskje holder det at dere (mange ganger) sammen ser på tingen, kjenner på den i hånden og sier hvem som eide den. Eller dere bare ser sammen. "Bamse uten lillebror" sier like mye om bamser som om små brødre som er død, og de er viktige overgangsobjekter for barnet. Og nettopp fordi slike gjenstander er så verdifulle for barnet, skal dere la barnet få ha dem nær seg i den grad barnet selv vil. Dersom det regner ute, får dere finne en fin pose som tingen kan være oppi, eller i hvert fall sette tingen i vinduet eller kurven, klar på vent til barnet kommer tilbake. Poenget er at den skal være lett tilgjengelig og innen barnets egen rekkevidde og selvbestemmelse. Å ta vekk slike gjenstander fra barnet gjør ikke at barnet slutter å tenke på det som har skjedd. Det betyr bare at barnet ikke lenger får vist til seg selv og andre at de nettopp tenker på det som har skjedd.

## Skap et rom for barnets uttrykk

Å ha bøker, bilder og gjenstander tilgjengelig i barnehagen viser barnet at det er åpent for å snakke om det som har skjedd. Kanskje kan den voksne ta frem dette på eget initiativ, og spørre barnet om det har lyst til at dere skal lese litt sammen. Og om selv barnet nærmer seg mye eller lite, ofte eller sjeldent, vil variere. Å ta det frem på den voksnes initiativ er å utløse noe i barnet, mens å gjøre det på barnets initiativ er å ta imot noe. Hovedsaken er at det er skapt et rom i barnehagen som kan benyttes om barnet ønsker det. Kanskje ser dere litt sammen i boka i en god sofa, i samlingen, eller ute på gresset. En god samtale eller et nært øyeblikk kan oppstå akkurat hvor som helst, dersom du har vist at du er tilgjengelig.

### Last ned denne artikkelen

[» Å formidle om tap og sorg til barn \(pdf\)](#)

## Litteratur:

Bringsværd, Tor Åge og Holt, Anne G. 1994. *Petra får besøk*. Cappelen. ISBN 10; 82-02-14385-3

Dahle, Gro og Nyhus, Svein. 2008. *Roy*. Cappelen Damm. ISBN 9788 20 2286446

Grossmann, Kari. 2007. *Lillesøster og Mimmi*. Gyldendal. ISBN 978-82-05-36633-6

Kommedal, Hilde Ringen. 2008. *Tror du pappa gråter?* N.W.Damm&Søn. ISBN 978-82-04-13831-6 (finnes også oversatt til polsk)

Nilsson, Ulf og Tidhold, Anna-Clara, 2003. *Farvel, Herr Muffins*. Mangschou. IBSN 82-91948-11-9

Raundalen, M. (2000). *Hva skal vi si til barn om selvmord?*. Suicidologi 2000, 5,2 (12-15).

Runvik, Margaretha; *Pappa ville ikke leve*. Universitetet i Oslo. ISBN 82-995816-1-3.

Sandemose, Iben; *Englepels*. Cappelen. ISBN 82-02-15777-3

Stalfelt, Pernilla, 1999. *Dødenboka*. Landbruksforlaget. ISBN 82-529-2814-5

Vinje, Kari. 1999. *Pelle og de to hanskene*. Luther Forlag. ISBN 82-531-5344-9

Whitford, Rebecca og Selway, Martina. *Lille Yoga*. Goboken. ISBN 978-82-305-0113-9

Wolde, Gunnilla. *Emma tvert i mot*. Aschehoug. ISBN 82-03-06218

Aasmundtveidt, Anne Kristin. 2006. *Gule roser til pappa*. IKO. ISBN 978-82-7112-713-8